

**BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGEMBANGKAN
KEPERCAYAAN DIRI REMAJA RISMA AL FATIH
DESA MARGOREJO KECAMATAN JATI AGUNG
LAMPUNG SELATAN**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna mendapatkan Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)**

Oleh:

Nama: Dona Wati

Npm: 1541040158

Jurusan: Bimbingan Konseling Islam (BKI)

Pembimbing I : Dr. Jasmadi, M.Ag

Pembimbing II : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H/2019 M**

ABSTRAK

Skripsi ini membahas layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan kepercayaan diri remaja di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan. Bimbingan kelompok adalah layanan bantuan yang diberikan oleh orang ahli (konselor) kepada beberapa orang dalam dinamika kelompok. Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, serta mengarahkan individu sesuai dengan potensi yang dimilikinya ke arah tingkat perkembangan yang optimal.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kepercayaan diri remaja di Risma Al Fatih, yakni kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi tidak berjalan dengan baik, tidak berani tampil didepan umum dan belum yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok di Risma Al Fatih. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan?. Dengan adanya bimbingan kelompok ini, diharapkan dapat membantu dalam menyelesaikan masalah-masalah remaja, serta dapat mengembangkan kepercayaan diri remaja.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Adapun subyek atau informan dipilih dengan menggunakan teknik *purposive* sampling dari pengurus serta pembimbing remaja, dan anggota Risma Al Fatih, berdasarkan teknik sampling diatas maka kriteria yang ditetapkan bagi sampel yang akan dipilih adalah 3 pengurus, 2 pembina, serta 2 pembimbing remaja, dan 6 anggota Risma Al Fatih yang aktif, berdasarkan kriteria sampel yang telah ditentukan diatas maka sampel pada penelitian ini berjumlah 13 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu metode wawancara tidak terstruktur, observasi non partisipan, dan dokumentasi. Sedangkan metode analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, dan *verification*. Temuan penelitian ini bahwa bimbingan kelompok menggunakan pendekatan teori eksistensial humanistik di Risma Al Fatih dan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan inti, dan tahap pengakhiran. Dengan adanya bimbingan kelompok ini remaja lebih meningkat interaksinya, berani beradaptasi, meningkat optimisnya, mulai yakin dengan kemampuan yang dimiliki, dan berani untuk tampil didepan umum semuanya terwujud ketika kegiatan Risma Al Fatih atau kegiatan di masyarakat mulai berani jika diberikan tugas menjadi mc, tilawah, sambutan, do'a dan tugas lainnya. Mulai berani untuk berinteraksi dalam kegiatan masyarakat misalnya kegiatan-kegiatan gotong royong bersih-bersih mushola, pengajian akbar dan peringatan hari besar Islam (HBI) remaja Risma Al Fatih mulai ikut adil didalam kegiatan tersebut. Mereka sudah menunjukkan rasa kepercayaan diri mereka masing-masing.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703289

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan
Diri Remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati
Agung Lampung Selatan

Nama : Donawati

NPM : 1541040158

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Islam UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Jasmadi, M. Ag

NIP. 196106181990031003


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd

NIP. 196909151994032002

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd

NIP. 196909151994032002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA RISMA AL FATIH DESA MARGOREJO KECAMATAN JATI AGUNG LAMPUNG SELATAN**, disusun oleh **Donawati, NPM. 1541040158**, Prodi Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Telah diujikan dalam sidang Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung Pada hari/tanggal : **Senin / 11 November 2019**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I

Sekretaris : Zulkarnain, M. Kom. I

Penguji I : Dr. H. Rosidi, MA

Penguji II : Dr. Jasmadi, M. Ag

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

NIP.196104091990031002

MOTTO

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: “Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”.

(Q.S. Al’ Ashr [103]: 1-3



PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, hanya dengan izin-Nya penulis bisa menyelesaikan tugas akhir ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada orang-orang yang telah memberikan cinta kasih, bimbingan, perhatian dan motivasi selama menuntut ilmu.

1. Orang tuaku tercinta Bapak Saryanik dan Ibu Ngatimah yang telah membesarkanku dan mendidiku hingga sekarang dengan penuh kesabaran. Terima kasih telah merawatku dengan penuh kasih sayang, selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa kasih yang tak terhingga.
2. Kakaku tersayang Siti Aisyah dan seluruh keluargaku yang selalu memberikan support dan do'anya sehingga penulis menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk Kakakku dan seluruh keluargaku yang secara tidak langsung menjadi motivasi terkuat dalam hidupku untuk terus belajar dan menuntut ilmu.
4. Untuk Sahabat-sahabatku Robiyati, Dewi Kartika, Uni Melisa, Meirisa, Serli, Fatih, Eka Retno, Mba Laila, Kartika, Andana, Cici, Meysundari Mba Nurul terimakasih sudah menjadi sahabat-sahabat terbaikku selama ini dan memberikan warna dalam keseharianku dikampus.
5. Semua keluarga UKM-F Rabbani dan UKM Bapinda yang sudah mengizinkanku belajar banyak ilmu Agama dan menjalin ukhuwah Islamiyah selama penulis nerada dikampus ini.

6. Untuk seluruh dewan guru Paud dan SD Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an 4 Jati Agung yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepadaku. Dan mengizinkan penulis untuk selalu belajar menjadi seorang pendidik (guru) yang baik.
7. Teman-teman seperjuangan BKI A.B.C 2015 terimakasih atas kebersamaan kalian.
8. Untuk teman-teman KKN 46 Desa Lebung Sari, Kecamatan Tanjung Bintang, Kabupaten Lampung Selatan, terimakasih atas kekeluargaan yang kita bangun selama 30 hari kemarin



RIWAYAT HIDUP

Dona Wati dilahirkan di Desa Margomulyo pada tanggal 19 Desember 1996. Penulis adalah putri ke2 dari 2 bersaudara dari pasangan Bapak Saryanik dan Ibu Ngatimah.

Jenjang pendidikan pertama penulis adalah Sekolah Dasar Negeri (SDN) 1 Margomulyo Kecamatan Jati Agung dan selesai pada tahun 2007. Kemudian penulis melanjutkan ke Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 2 Jati Agung dan selesai pada tahun 2010, selama menempuh pendidikan di SMP penulis mengikuti kegiatan organisasi yang ada di sekolah yaitu Rohani belia Islam (Rohis). Kemudian penulis melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Jati Agung dan selesai pada tahun 2014, dan selama menempuh pendidikan di SMP penulis mengikuti kegiatan organisasi yang ada di sekolah yaitu Rohani belia Islam (Rohis) dan OSIS.

Tahun 2015 penulis terdaftar sebagai mahasiswa program Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Selama menjadi mahasiswa penulis pernah mengikuti organisasi guna mengembangkan kemampuan dan untuk mendapatkan pengalaman serta pengetahuan selain di bangku perkuliahan. Adapun organisasi yang penulis ikuti yaitu anggota Kaderisasi UKMF Rabbani tahun 2015, dan menjadi anggota Keputrian UKMF Rabbani tahun 2016, kemudian pada tahun 2017 menjadi Sekertaris Bidang Keputrian, dan menjadi anggota Keputrian UKM Bapinda pada tahun 2018 sampai sekarang.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah segala piji penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan sebuah karya skripsi ini. Sholawat serta salam semoga sellu terucahkan kepada junjungan kita, Baginda Nabi Muhammad SAW. Yang sangat kita harapkan syafaatnya diyaumil Kiyamah kelak. Semoga kelak kita semua bisa berkumpul bersama beliau di syurga Allah Aamiin. Skripsi ini berjudul

“Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan”

Penyusunan skripsi ini dimaksud untuk emenuhi syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Ilmu Dakwah pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden IntanLampung, penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan yang telah diberikan dai berbagai pihak oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd selaku pembimbing II, berkat bimbingan dan arahan beliau penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

3. Bapak Dr. Jasmadi, M. Ag selaku Dosen Pembimbing I, yang telah membimbing dan mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Keluarga besar jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, khususnya: Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Ibu Dr. Sri Ilham Nasution, M. Pd, dan sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Bapak Mubasit, S.Ag, MM
5. Seluruh pembina, pegajar, pengurus dan semua anggota Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
6. Dosen-dosen penguji atas saran dan masukan yang telah diberikan dalam penyempurnaan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Dosen yang telah membekali penulis ilmu, dan para staf karyawan yang telah memberikan pelayanan akademik dalam pelaksanaan perkuliahan di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi
8. Seluruh staf perpustakaan umum dan perpustakaan Fakultas Dakwah, yang telah melayani peminjaman referensi buku-buku dalam penyusunan skripsi penulis. Semoga bantuan dan jerih payah semua pihak menjadi satu catatan amal kebaikan disisi Allah SWT.

Penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca yang sifatnya membangun demi kebaikan skripsi yang akan datang dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan khususnya bagi penulis.

Jati Agung, 25 September 2019

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Alasan Memilih Judul	4
C. Latar Belakang Masalah	5
D. Rumusan Masalah	16
E. Tujuan Penelitian	16
F. Manfaat Penelitian	16
G. Metode Penelitian	17

BAB II BIMBINGAN KELOMPOK, KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

A. Bimbingan Kelompok	25
1. Tujuan Bimbingan Kelompok	27
2. Teori Eksistensial Humanistik	28
3. Fungsi Bimbingan Kelompok	30
4. Aspek Psikologis Kelompok	31
5. Asas Bimbingan Kelompok	32
6. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	32
B. Kepercayaan Diri	
1. Pengertian Kepercayaan Diri Remaja	35
2. Ciri Ciri Orang Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Dan Orang Yang Tidak Memiliki Percaya Diri	37
3. Jenis-jenis Kepercayaan Diri.....	40
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	42
5. Cara Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri	44
6. Kaitan Percaya Diri Dengan Bimbingan Kelompok	45
C. Hakikat Remaja	
1. Pengertian Remaja.....	47
2. Tugas Perkembangan Remaja	50
3. Mengembangkan Kepercayaan Remaja	51
D. Kajian Pustaka.....	53

BAB III BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

A. Gambaran Umum Risma Al Fatih	
1. Sejarah Singkat Remaja Risma Al Fatih	55
2. Visi dan Misi Risma Al Fatih	57
3. Struktur Organisasi Risma	58
4. Keadaan Pengurus dan Pengajar Risma Al Fatih	
a. Pengurus, Pembina, dan Pembimbing Risma	58
b. Daftar Risma	59
c. Keadaan Pembimbing	60
d. Program Kegiatan Risma Al Fatih.....	61
B. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Perubahan Tingkah Laku	
1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	65
2. Materi Bimbingan Kelompok	68
3. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	71
C. Hasil Bimbingan Kelompok Dalam Megembangkan Kepercayaan Diri Remaja	
1. Kepercayaan Diri Sebelum Bimbingan Kelompok.....	78
2. Kepercayaan Diri Sesudah Bimbingan Kelompok	82

BAB IV BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA RISMA AL FATIH

A. Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al Fatih	
1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	86
2. Mengembangkan Kepercayaan Diri Risma Al Fatih	94

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	97

DAFTAR PUSTAKA..... 98

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel. 1 Kepengurusan	58
Tebel. 2 Daftar Risma	59
Tabel. 3 Perilaku Remaja Sebelum Bimbingan	60
Tabel. 4 Perilaku Remaja Sesudah Bimbingan.....	61



BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul merupakan salah satu bagian penting dan mutlak kegunaanya dalam suatu bentuk tulisan ataupun karangan, karena judul sebagai pemberi arah sekaligus dapat memberikan gambaran isi yang terkandung didalamnya. Agar tidak terjadi kesalahan dalam memahami arti yang terdapat dalam judul skripsi ini, maka penulis terlebih dahulu menjelaskan arti yang terdapat dalam judul skripsi ini. Adapun judul skripsi yang penulis jadikan bahan penulisan ini adalah:

“Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan”.

Untuk memperjelas maksud dan tujuan dalam meneliti judul diatas maka penulis akan memberikan pengertian dan penegasan sebagai berikut:

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua peserta dalam kelompok saling berinteraksi, mulai saling mengenal, bebas mengeluarkan pendapat, memberikan saran, menceritakan masalah-masalahnya dan saling terbuka satu sama lain. Semua yang dibicarakan dan

dibahas bermanfaat untuk peserta diskusi kelompok dan membantu untuk menyelesaikan masalah-masalah peserta diskusi kelompok.¹

Bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu-individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi partisipan.²

Menurut Tohirin, layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.³

Bimbingan kelompok yang penulis maksud adalah layanan bimbingan yang dibentuk secara berkelompok atau bersama-sama untuk membahas sebuah topik yang sama dalam rangka membantu remaja dalam menangani masalah melalui dinamika kelompok.

Layanan bimbingan kelompok yang ada di Risma Al Fatih ini merupakan proses bantuan yang diberikan pembimbing remaja kepada klien (remaja) yang memiliki kepercayaan diri rendah di Risma secara berkelompok, dimana pembimbing membantu dalam mengembangkan

¹ Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Jakarta Ghalia Indonesia, 1995), h. 178

² *Ibid*, h. 23

³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), h. 170

kepercayaan diri guna mengoptimalkan potensi dalam dirinya dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Perkembangan adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi akibat dari proses kematangan dan pengalaman. Perkembangan mengandung makna adanya pemunculan sifat-sifat yang baru, yang berbeda dari sebelumnya.⁴ Perubahan rasa percaya diri yang sebelumnya tidak ada setelah diberikan layanan bimbingan kelompok rasa percaya diri itu muncul didalam diri masing-masing individu.

Kepercayaan diri (*self-confidence*) adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.⁵

Sedangkan menurut Lauster kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dan berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.⁶

⁴ FJ. Monks, P. Knoers, Siti Rahayu Hajitono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah mada University Press, 1999), h. 262

⁵ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h. 34

⁶ Diva Widyaningtyas dan M. Farid, *Jurnal Psikologi Indonesia*, *Pengaruh Experienta Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim Remaja*, h. 238

Berdasarkan pengertian-pengertian diatas, maka kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang untuk mengatasi segala hambatan yang ada didalam diri dan memiliki jiwa yang optimis.

Kepercayaan diri dalam bimbingan kelompok ini mencakup tentang menanggulangi suatu masalah yang ada didalam remaja. Sehingga remaja dapat berinteraksi dengan baik, mampu beradaptasi dengan baik, memiliki sikap yang tenang, optimis dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya, serta keyakinan akan kemampuan yang ada didalam diri (bersungguh-sungguh). Sehingga dapat mengembangkan potensi yang ada didalam diri remaja.

Risma Al Fatih terletak di Jalan Merapi Dusun 3 dan Dusun 6 Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan tempat penulis melakukan penelitian.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini akan mengungkap tentang bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh pembimbing Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan kepada remaja yang memiliki percaya diri rendah di Risma Al Fatih guna mengoptimalkan potensi yang ada dalam diri remaja.

B. Alasan Memilih Judul

Adapun yang menjadi alasan penulis, pada penelitian ini adalah:

1. Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan sepanjang rentang kehidupan manusia yang paling unik, penuh dinamika, sekaligus penuh

dengan tantangan harapan, sehingga menarik untuk mengkajinya lebih dalam.

2. Kegiatan bimbingan kelompok sangat dibutuhkan untuk membantu dalam membentuk dan mengembangkan kepribadian remaja, yakni kepercayaan diri remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan adalah organisasi remaja Islam yang kegiatannya masih aktif berjalan sampai sekarang ini, dari sekian banyak Risma-risma yang ada.
3. Penulis mengangkat sebuah judul penulisan yang berhubungan erat dengan bimbingan konseling dan ilmu psikologi yakni tentang kepercayaan diri remaja.

C. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi, remaja harus bisa beradaptasi dengan lingkungan barunya dan masyarakat sekitar, disinilah remaja mulai menentukan identitasnya. Pada masa remaja ini terdapat tugas perkembangan yang harus dicapai, salah satunya adalah menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan sendiri.

Batas usia remaja secara global berlangsung antara usia 11 sampai 21 tahun, dengan pembagian usia 11-15 tahun masa remaja awal, usia 15-18 masa remaja pertengahan, dan usia 18-21 tahun masa remaja akhir.⁷

⁷ Andi Maoiare, *Psikologi Remaja*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1999), h. 262

Berbicara tentang remaja adalah merupakan hal yang sangat menarik dan unik. Masa remaja mempunyai berbagai macam keistimewaan dan ciri yang sangat mempengaruhi sikap, jiwa dan tindakannya.

Perkembangan merupakan pola perkembangan individu yang berawal pada konsepsi dan terus berlanjut sepanjang hayat dan bersifat involusi. Perkembangan mengandung makna adanya pemunculan sifat-sifat yang baru, yang berbeda dari sebelumnya.⁸

Menurut Hurlock dalam Jurnal Psikologi Indonesia pada masa pubertas atau masa remaja awal terdapat gejala yang disebut gejala *negative phase*, istilah *phase* menunjukan periode yang berlangsung singkat. *Negatif* berarti bahwa individu mengambil sikap anti terhadap kehidupan atau kehilangan sifat-sifat baik yang sebelumnya. Gejala ini banyak terjadi pada remaja awal, diantaranya keinginan untuk menyendiri, berkurang kemampuan untuk bekerja, kegelisahan, kepekaan perasaan, pertentangan sosial, dan rasa kurang percaya diri. Dari beberapa gejala *negative phase* diatas yang paling menonjol dialami remaja adalah rasa kurang percaya diri.⁹

Remaja rentan mengalami percaya diri.¹⁰ Percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya

⁸ FJ. Monks, P. Knoers, Siti Rahayu Hajitono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam*, h. 262

⁹ Diva Widyaningtyas dan M. Farid, *Jurnal Psikologi Indonesia*, *Pengaruh Experienta Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim Remaja*, h. 238

¹⁰ John W. Santrock, *Adolescence perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2003), h.

dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan didalam hidupnya.¹¹

Menurut Lauster kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dan berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.¹²

Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan individu terhadap kelebihan yang dimiliki dirinya yang dapat membuatnya merasa dapat mengapai atau mencapai target dalam hidupnya, serta menghilangkan hambatan-hambatan yang mengganggu.

Percaya diri dalam Islam sangat dianjurkan, dengan bersikap percaya diri individu memberikan prasangka baik untuk diri sendiri serta bagi seseorang yang memberikan motivasi.

Sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah Swt Surah Ali'Imran [3]:
139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

¹¹ Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), h. 6

¹² Diva Widyaningtyas dan M. Farid, *Jurnal Psikologi Indonesia , Pengaruh Experienta Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim*, h. 238

Artinya: janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (Q.S. Ali Imran [3]: 139).

Ayat diatas menjelaskan kepada kita tentang pentingnya memiliki sikap percaya diri dan larangan mempunyai mental yang lemah, bersikaplah dengan percaya diri karena manusia diciptakan oleh Allah SWT dalam keadaan derajat paling tinggi.

Banyak kalangan remaja yang kurang percaya diri, sangat sulit untuk dapat mengembangkan diri terutama dalam hal bersosialisasi. Remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri akan merasa minder, ragu-ragu, dan selalu takut dalam melakukan suatu hal.

Untuk sebagian besar remaja, rendahnya rasa percaya diri hanya menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara. Tetapi bagi beberapa remaja, rendahnya rasa percaya diri dapat menimbulkan banyak masalah. Rendahnya rasa percaya diri bisa menyebabkan depresi, bunuh diri anoreksia nervosa, delinkuensi, dan masalah penyesuaian diri lainnya.¹³

Gejala rasa tidak percaya diri ini umumnya dianggap ringan karena tidak terlihat awalnya, akan tetapi apabila tidak diatasi dengan cepat maka gejala-gejala tersebut akan semakin parah, dan akan berdampak pada individu, bahkan lingkungan sekitar. Sikap seseorang yang menunjukkan rasa kurang percaya diri antara lain, selalu dihindari dengan rasa keragu-raguan,

¹³ *Ibid*, h. 339

mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil didepan banyak orang dan gejala kejiwaan lainnya yang nantinya akan menghambat seseorang tersebut untuk berbuat sesuatu.

Berdasarkan hasil wawancara pra-survei dengan Ustadz Insan selaku pembimbing di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung “Bicara tentang percaya diri, bisa dikatakan di Risma ini kepercayaan diri remaja masih rendah, terutama dalam hal bersosialisasi dengan lingkungan, sehingga menghambat mereka dalam proses belajar, terutama ketika remaja diberikan tugas dalam kegiatan risma, beberapa dari mereka menolak merasa malu, tidak percaya dengan kemampuannya, ada yang gemetar, dan sama sekali tidak berani tampil”.¹⁴ Yakni dari 33 remaja 15 remaja sudah memiliki kepercayaan diri cukup baik, 5 remaja memiliki kepercayaan diri sedang, dan 13 remaja memiliki kepercayaan diri yang rendah.¹⁵ Hambatan-hambatan tersebut perlu dituntaskan agar remaja dapat belajar dengan baik dan nyaman.

Ketidak percaya diri juga terlihat sangat jelas ketika jadwal kegiatan membaca Al-Qur'an secara bergilir, sebagian mereka merasa cemas akibatnya suaranya menjadi bergetar, tidak fokus dan bacaannya menjadi kurang sempurna karena perasaan was-was dan malu tersebut, sehingga terkadang remaja yang tidak memiliki kepercayaan diri dan keberanian untuk

¹⁴ Ustadz Insan, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung, 20 Februari 2019

¹⁵ Ustadz Insan, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung, 20 Februari 2019

tampil ketika jadwal kegiatan membaca Al-Qur'an secara bergilir mereka memilih untuk tidak berangkat dalam kegiatan tersebut. Hal tersebut perlu mendapat penyelesaian untuk menumbuhkan rasa percaya diri remaja di Risma Al Fatih.¹⁶

Dimana dalam pengambilan sampel penulis menggunakan beberapa karakteristik yakni:

- 1) Remaja yang sudah mengikuti kegiatan Risma
- 2) Remaja yang berusia 11-15 tahun
- 3) Remaja yang aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok di Risma Al Fatih.

Berdasarkan kriteria diatas, maka sample dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Pengurus Risma Al Fatih 3 orang, pembina Risma Al Fatih 2 orang.
- b) Pembimbing remaja (konselor) 2 orang .
- c) Remaja 6 orang.

Jadi jumlah sampel keseluruhan sebanyak 13 orang.

“Menurut keterangan dari Ketua Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan, masalah yang terjadi di Risma Al Fatih adalah remaja kurang percaya diri antara lain, merasa minder dan malu apabila disuruh untuk tampil didepan umum, sering menolak

¹⁶ Observasi, Jati Agung, 17 Februari 2019

ketika diberikan tugas, merasa tidak yakin akan kemampuan dalam dirinya”.¹⁷

Pembimbing (konselor) sangat berperan penting dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Dalam hal ini pembimbing remaja di Risma Al Fatih sudah melakukan layanan klasikal di Risma tersebut, akan tetapi belum terlihat adanya perubahan perilaku dari diri remaja, oleh sebab itu dibutuhkan satu layanan yang intensif yaitu layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu upaya Risma Al Fatih untuk membantu remaja dalam mengembangkan kepercayaan diri remaja, sehingga remaja dapat mengoptimalkan potensi dalam dirinya. meskipun belum berjalan dengan maksimal dan sesuai dengan jadwal namun sudah dapat memberikan dampak positif bagi remaja di Risma tersebut.¹⁸

Risma Al Fatih merupakan organisasi kepemudaan islam atau perkumpulan pemuda Masjid atau Mushola yang melakukan aktivitas sosial dan ibadah dilingkungan suatu Masjid atau Mushola.

Bernaung dibawah Badan Kesejahteraan Masjid (KBM) untuk membina remaja dalam memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran islam. Jadi yang dimaksud dengan risma adalah organisasi islam bagi para remaja untuk memberikan pembinaan bidang keagamaan islam, guna mewariskan ajaran agama islam terhadap para remaja yang kegiatannya bertumpu pada Masjid atau Mushola.¹⁹

¹⁷ Nugroho Galih Wicaksono, Wawancara Dengan penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung, 10 Juli 2019

¹⁸ Observasi Penulis, Risma Al Fatih, Jati Agung, 27 Juli 2019

¹⁹ https://id.wikipedia.org/wiki/Remaja_masjid. Diakses pada Rabu, 20-03-2019, 14.00

Sejarah Risma ini berdiri pada tahun 1990'an, akan tetapi mengalami pasang surut dan tidak berjalan sebagai mana mestinya. Kemudian sekitar pertengahan tahun 2017 organisasi Risma di Desa Margorejo diaktifkan kembali berkat gagasan dari Mahasiswa KKN UIN Raden Intan Lampung dan musyawarah antara pengurus Mushola, tokoh agama, dan tokoh masyarakat yang mensepakati pembentukan sekaligus mengganti nama Risma menjadi Risma Al Fatih, jumlah keseluruhan atau populasi Risma Al Fatih yakni 47 orang terdiri dari 2 pembimbing (konselor), pembina dan pengurus terdiri dari 12 orang, serta anggota Risma yang berjumlah 33 orang (13 laki-laki dan 20 putri). Mayoritas Risma Al Fatih masih menempuh pendidikan SMP dan SMA.²⁰

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan yang diberikan pembimbing kepada peserta layanan (individu) dengan meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik dalam berkomunikasi dan membahas setiap permasalahan secara bersama-sama, saling memberi motivasi. Dengan demikian peserta layanan (individu) akan mempunyai keberanian dalam mengungkapkan setiap pendapat yang dimilikinya di depan umum dan lebih meningkatkan kemampuan dan keberanian dalam berkomunikasi, sehingga dapat saling menghargai dengan orang lain.

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok, efektifitas, dan dinamik kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi layanan.²¹

²⁰ Nugroho Galih Wicaksono, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung Lampung Selatan, 10 Juli 2019

²¹ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, h.175

Dalam proses bimbingan keterbukaan klien dalam proses layanan konseling juga ditengarai memiliki pengaruh terhadap hasil konseling. Keterbukaan klien merupakan kemampuan seseorang individu atau yang disebut konseli sukarela datang kepada konselor untuk menyampaikan informasi berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi dengan mempercayai konselor untuk mengharapkan bantuan.²²

Dapat dikatakan bahwa kesukarelaan klien menjalani proses bimbingan merupakan hasil dari terjaminnya kerahasiaan klien.²³ Keterbukaan klien juga ditentukan oleh bahasa tubuh konselor untuk menciptakan situasi kondusif bagi keterbukaan dan kelancaran proses bimbingan. Maka sifat-sifat jujur, asli, mempercayai, toleransi, respek menerima, komitmen terhadap hubungan bimbingan, amat diperlukan dan dikembangkan terus oleh konselor. Sifat-sifat tadi akan memancar pada perilaku konselor sehingga konseli terpengaruh, dan kemudian konseli mengikutinya, maka konseli akan menjadi terbuka dan terlibat dalam pembicaraan.

Dalam hubungan bimbingan kelompok pada prinsipnya ditekankan bagaimana konselor mengembangkan hubungan yang *rapport* (akrab) dan dengan memanfaatkan komunikasi verbal dan non verbal.²⁴ Fokus penelitian penulis, yang menjadi objek yakni konseli (remaja) yang memiliki kepercayaan diri rendah.

²² Pengaribun, D.s, *Implementasi dan Perkembangan Kematangan Pribadi Remaja (Diktat Kuliah)*, (Bandung: Rosa Alam, 2009), h. 54

²³ *Ibid*, h. 63

²⁴ Willis, *Teori dan Teknik Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Rinekla Cipta, 2004), h.

Bimbingan kelompok merupakan suatu bimbingan yang bersifat pencegahan diberikan kepada sejumlah individu melalui prosedur kelompok. Dalam hal ini, kelompok merupakan wadah dimana didalamnya diadakan upaya bimbingan dalam rangka membantu individu-individu memperoleh informasi yang tepat.²⁵ Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ini menggunakan teknik pemberian informasi atau ceramah, karena dengan teknik ini dapat melayani orang banyak, mudah dilaksanakan dan tidak menggunakan banyak waktu sehingga efisien. Dalam memberikan ceramah materi yang diberikan adalah tentang bagaimana cara mengembangkan kepercayaan diri Remaja di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan, diharapkan dapat menjadi solusi bagi remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah dan bagi remaja yang memiliki kepercayaan diri cukup baik dapat menjadi lebih baik lagi.

Pada hakikatnya semua orang memiliki kemampuan dan harus terus digali dan dikembangkan dengan cara belajar. Rasa malu yang dialami remaja diantaranya karena beberapa faktor, belum yakin dengan kemampuannya, perbedaan umur, penilaian-penilaian atau kritikan yang diberikan dari temannya dan lain sebagainya.

Peranan pembimbing dalam pelaksanaan bimbingan kelompok disini sangatlah penting untuk membantu klien (remaja) dalam mengembangkan kepercayaan diri remaja, sehingga dapat

²⁵ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), h. 22

mengoptimalkan potensi dan kemampuannya, karena kepercayaan diri ini berpengaruh dalam hubungan antar pribadi maupun interaksi sosial atau masyarakat.

Risma merupakan sebuah objek penelitian yang menarik untuk diteliti karena masa remaja adalah masa transisi masih labih, remaja harus lebih diperhatikan dan dibimbing dalam pencarian jati dirinya, karena pada dasarnya semua orang memiliki potensi yang harus dikembangkan. Selain itu ada beberapa judul penelitian yang telah dilakukan dalam berbagai kajian pustaka yang dijelaskan dalam BAB II yang membuat penulis memiliki wawasan lebih terkait permasalahan dalam judul penelitian.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Risma Al Fatih dan beberapa penelitian terdahulu terkait bimbingan kelompok yang sesuai dengan prodi penulis, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *“Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung”*.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah:

“Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al-Fatih Desa Margorejo Kec. Jati Agung Lampung Selatan”.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang diharapkan peneliti:

Untuk mengetahui “Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja Risma Al-Fatih Desa Margorejo Kec. Jati Agung Lampung Selatan”.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

- a. Dapat memberikan kontribusi bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam, khususnya di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dalam menambah pengetahuan tentang cara mengembangkan kepercayaan diri remaja melalui bimbingan kelompok.
- b. Dapat digunakan sebagai bahan referensi dan tambahan pengetahuan bagi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.

2. Secara praktis

- a. Memberikan input yang positif terhadap Risma Al Fatih dalam memahami tugas-tugas perkembangan remaja sehingga memudahkan remaja dalam mengembangkan kepercayaan dirinya.

- b. Memberikan wawasan, pengetahuan, dan pengalaman khususnya bagi peneliti, sehingga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh.

F. Metode Penelitian

Untuk mencapai tujuan penelitian, maka perlu adanya metode penelitian yang cocok dan sesuai untuk mendapatkan hasil yang maksimal, maka diperlukan metode-metode penelitian sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian (field research) yaitu suatu penelitian yang dilakukan secara sistematis dengan mengangkat data yang ada di lapangan.²⁶ Penelitian lapangan adalah sebuah penelitian yang memiliki maksud membuat deskripsi mengenai kejadian-kejadian atau situasi.²⁷ Dimana yang menjadi objek penelitian adalah Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

Berkaitan dengan penelitian ini objek penelitian di Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan. Fokus penelitian ini meneliti tentang upaya untuk mengembangkan kepercayaan diri remaja yang dilakukan pembimbing remaja dan pengurus Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

²⁶ Suharsismi Arikunto, *Dasar-dasar Research*, (Bandung: Tarsito), h. 58

²⁷ Sugioni, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 1

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat kualitatif, yaitu penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.²⁸

Maka dengan penelitian kualitatif ini penulis bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan secara sistematis, factual, dan akurat mengenai proses pelaksanaan bimbingan kelompok dalam mengembangkan kepercayaan diri remaja Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung.

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah “jumlah keseluruhan dari unit analisis yang ciri-cirinya akan diduga, yang dimaksudkan akan diteliti”.²⁹ Sedangkan menurut Sudjana, “populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin hasilnya menghitung atau mengukur, kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya”.³⁰

Dengan demikian maka dapat disimpulkan populasi adalah obyek yang akan menjadi fokus peneliti, jadi populasi yang ada pada Risma Al-Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung

²⁸ Lexy Moeleong J, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosdakarya, 2004), h. 3

²⁹ Sutrisno Hadi, *Metodologi*, h. 220

³⁰ Sudjana, *Metode Statistik*, (Bandung: Tarsito, 2002), h. 6

Selatan yaitu: 10 remaja putra dan 23 remaja putri, dan 12 pengurus Risma Al Fatih dan 2 pembimbing remaja. Total populasi di Risma Al Fatih sebanyak 47 orang.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian.³¹

Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik *purposive sampling* adalah teknik penelitian partisipan dengan pertimbangan tertentu.³²

Dimana dalam pengambilan sampel penulis menggunakan beberapa karakteristik yakni:

- 1) Remaja yang sudah mengikuti kegiatan Risma
- 2) Remaja yang berusia 11-15 tahun
- 3) Remaja yang aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok di Risma Al Fatih.

Berdasarkan kriteria diatas, maka sample dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Pengurus Risma Al Fatih 3 orang dan Pembina Risma Al Fatih 2 orang.
- b) Pembimbing remaja (konselor) 2 orang .
- c) Remaja 6 orang.

³¹ V. Wiratna Sujarwena, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Pers, 2014), h. 19

³² Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2005), h. 85

Jadi jumlah sampel keseluruhan sebanyak 13 orang.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dilakukan untuk mengumpulkan, mencari, dan memperoleh data dari responden serta informasi yang telah ditentukan. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik pengambilan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

a. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data melalui pengamatan langsung atau peninjauan secara cermat dan langsung. Dalam hal ini peneliti dengan berpedoman kepada desain penelitiannya perlu mengunjungi lokasi penelitian untuk mengamati secara langsung berbagai hal atau kondisi yang ada di lapangan.³³

Dalam penelitian ini observasi yang digunakan adalah observasi non partisipan. Penulis berlaku sebagai pengamat dan tidak mengambil bagian kehidupan yang diobservasi dengan tujuan agar dapat diperoleh keterangan yang objektif. Alasan penulis menggunakan metode ini adalah dapat mengingat-ingat lebih banyak atas fenomena yang perlu dicatat terhadap kondisi yang ada pada tempat penelitian. Yang diamati disini adalah pelaksanaan bimbingan kelompok dalam mengembangkan kepercayaan diri

³³ Kartini Kartono, *Pengantar Metode Riset*, (Bandung: Mundur Maju, 1996), h. 32

remaja di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

b. Wawancara

Wawancara ialah teknik pengumpulan data melalui tanya jawab secara lisan antara peneliti dengan informan secara tatap muka atau secara langsung untuk mendapatkan informasi yang mendalam.³⁴

Adapun jenis wawancara yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang bebas, peneliti tidak menggunakan pedoman yang tersusun sistematis dan lengkap untuk digunakan dalam pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan dalam pengumpulan data hanya berupa garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

Penulis langsung bertatap muka dengan pembimbing, pembina serta pengurus, dan peserta yang menjadi anggota dalam bimbingan kelompok yang memenuhi kriteria.

c. Dokumentasi

Dokumentasi menurut Suharsimi Arikunto, adalah metode mencari data mengenai hal-hal atau variabel berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, notulen rapat, agenda dan sebagainya.³⁵

Data dapat diperoleh dari organisasi Risma Al Fatih meliputi gambaran umum yakni berkaitan dengan sejarah, visi misi,

³⁴ *Ibid*, h. 319

³⁵ Kartini Kartono, *Pengantar Metodologi*, h.136

tujuan, foto saat melakukan wawancara dengan informan serta foto pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok.

4. Teknik Analisis Data

Setelah keseluruhan data terkumpul maka langkah selanjutnya penulis menganalisa data tersebut sehingga dapat diambil suatu kesimpulan. Analisis dalam penelitian merupakan bagian dalam proses penelitian yang sangat penting, karena dengan analisa inilah data akan nampak manfaatnya terutama dalam memecahkan masalah penelitian dan mencapai tujuan akhir penelitian dapat tercapai.³⁶

Prinsip utama dalam analisa data adalah bagaimana menjadi data atau informasi yang telah dikumpulkan disajikan dalam bentuk uraian dan sekaligus memberikan makna atau interpretasi sehingga informasi tersebut memiliki signifikan ilmiah atau teoritis.³⁷

Penulis menggunakan metode analisa kualitatif dalam menganalisis data, kemudian setelah melakukan sebuah analisa data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Langkah-langkah selanjutnya ialah penafsiran pada data-data tersebut, yang telah terkumpul demi terjabarnya suatu data yang tersedia. Sedangkan tahap

³⁶ P.Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 104-15

³⁷ Choild Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1997), h. 280

terakhir adalah pengambilan kesimpulan secara jelas, sistematis, logis, sesuai metode, dan universal.³⁸

Dalam model ini analisis dibagi menjadi 3 tahap, yaitu:

a. Data Reduction (Reduksi Data)

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat serta diteliti secara rinci. Seperti telah dikemukakan, makin lama penelitian ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data.

Dalam proses reduksi data ini, peneliti dapat melakukan pilihan-pilihan data yang hendak dikode, mana yang dibuang, mana yang merupakan ringkasan, dan cerita-cerita yang sedang berkembang. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajam, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasikan data dengan sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi.³⁹

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang sudah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan

³⁸ Moelox Laxi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1999), h. 3

³⁹ Etta Mamang Sangadji dan Sopiah, *Metodologi Penelitian: Pendekatan Prektis Dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2010), h. 1099

mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

b. *Data Display* (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Dalam hal ini Miles dan Huberman menyatakan “Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

Teks naratif umumnya bertele-tele dalam penyajian informasi dan kurang mampu menyederhanakan informasi, sehingga penyajian naratif perlu dilengkapi berbagai jenis matrik, grafik, jaringan, dan bagan.⁴⁰ Penyajian data dalam penelitian kualitatif, merupakan penyajian data yang dilakukan dalam bentuk uraian singkat (naratif), bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya.

c. *Conclusion Drawing* atau *Verification*

Verifikasi data penelitian yaitu menarik kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh dari berbagai sumber, kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan melakukan pengkajian tentang kesimpulan yang telah diambil dengan teori yang digunakan.⁴¹

⁴⁰ *Ibid*, h. 200

⁴¹ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008),

BAB II BIMBINGAN KELOMPOK, KEPERCAYAAN DIRI, REMAJA

A. Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.¹

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua peserta dalam kelompok saling berinteraksi, mulai saling mengenal, bebas mengeluarkan pendapat, memberikan saran, menceritakan masalah-masalahnya dan saling terbuka satu sama lain. Semua yang dibicarakan dan dibahas bermanfaat untuk peserta diskusi kelompok dan membantu untuk menyelesaikan masalah-masalah peserta diskusi kelompok.²

Bimbingan kelompok suatu kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.³

¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Dan Bimbingan Konseling Kelompok* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), h. 99

² Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok, Dasar dan Profil*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h. 178

³ *Ibid*, h. 23

Bimbingan kelompok ini salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling.

Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Masalah yang dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor).⁴

Layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi dalam peningkatan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan individu. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok didalamnya berisi materi tentang bagaimana agar individu sebagai anggota kelompok akan sama-sama menciptakan dinamika kelompok yang dapat menjadikan tempat untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Anggota kelompok mempunyai hak sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, membahas topik komunikasi antar pribadi dengan tuntas, dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan pengalaman.

Adapun yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok harus ada beberapa hal antara lain:

- a. Pembimbing atau konselor.
- b. Anggota kelompok, homogen atau heterogen.

⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), h. 170

c. Pelaksanaan kegiatan (pembahasan masalah).

Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.⁵ Dan pembahasan permasalahan atau topik masalah yang akan dibahas biasanya ditentukan oleh konselor atau dipilih oleh anggota kelompok.⁶

Dari pendapat tokoh dapat penulis simpulkan bahwa bimbingan kelompok yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah sebuah kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan adanya interaksi antar anggota yang saling bertukar pendapat dan memberikan saran yang dipimpin oleh pemimpin kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas permasalahan tertentu.

1. Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.⁷

⁵ *Ibid*, h. 164

⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta), h. 64

⁷ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan*, h. 165-166

Sedangkan bimbingan berkenaan dengan perilaku, oleh sebab itu tujuan bimbingan adalah dalam rangka pertama, membantu mengembangkan kualitas kepribadian individu yang dibimbing. Kedua, mampu mengembangkan kualitas kesehatan mental individu. Ketiga membantu mengembangkan perilaku-perilaku yang lebih efektif pada diri individu dan lingkungannya. Keempat, membantu klien menanggulangi problema hidup dan kehidupannya secara mandiri.

Secara lebih rinci tujuan bimbingan kelompok seperti yang telah disebutkan diatas adalah agar klien atau individu:

Pertama, agar klien memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya. Kedua, mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya kearah tingkat perkembangan yang optimal. Ketiga, mampu memecahkan sendiri masalah yang dihadapinya. Keempat, mempunyai wawasan yang lebih realitas serta penerimaan yang objektif tentang dirinya. Kelima, dapat menyesuaikan diri secara lebih efektif baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungannya sehingga mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya. Keenam, mencapai taraf aktualisasi diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Ketujuh, terhindar dari gejala-gejala kecemasan dan perilaku-perilaku yang tidak sesuai.⁸

2. Teori Eksistensial Humanistik

Teori merupakan seperangkat proposisi yang berhubungan secara logis, yang menerangkan suatu fenomena tertentu, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori eksistensial humanistik yang dianggap relevan dengan masalah yang diteliti, penulis akan menjelaskan sejarah lahirnya teori humanistik secara singkat dan pengertian teori humanistik secara umum.

⁸ *Ibid*, h. 33-34

Aliran humanistik mulai muncul pada tahun 1950'an dan 1960'an sebagai sebuah gerakan besar psikologi.⁹

Humanistik lebih melihat pada sisi perkembangan kepribadian manusia. Pendekatan ini melihat kejadian yaitu bagaimana manusia membangun dirinya untuk melakukan hal-hal yang positif, kemampuan positif ini disebut sebagai potensi manusia.

Menurut humanistik menyetujui konsep yang lebih positif mengenai hakikat dari manusia itu adalah pada dasarnya baik. Manusia pun tidak dipandang sebagai mesin yang pasif, namun sebagai individu yang mempunyai hak, memiliki kemerdekaan dan memiliki kesempatan untuk memperbaiki dirinya dan menentukan jalan kehidupannya. Manusia pun memiliki kemampuan dan tidak seperti yang telah dibahas diatas karena manusia memiliki beberapa hal ini:

1. Kesadaran Diri
Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari diri sendiri, dan berfikir serta memutuskan apa yang akan dilakukan dan bertanggung jawab atas nasib dan apapun yang ia pilih.
2. Kebebasan, Tanggung Jawab, dan Kecemasan
Kesadaran atas kebebasan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi dasar manusia dalam bertindak.
3. Penciptaan Manusia
Manusia adalah makhluk yang unik, yakni manusia menentukan tujuan hidup serta menciptakan nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupannya dan lingkungan sekitar. Manusia berusaha mengaktualkan diri, yakni mengungkapkan potensi.¹⁰

Eksistensial humanistik menekankan pada upaya memanusiakan manusia. Potensi-potensi unik seorang anak akan muncul apabila diberi

⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, (Bandung:Refika Aditama, 2013), h. 7

¹⁰ *Ibid*, h. 54-55

motivasi dengan cara penyampaian wawasan, contoh orang tua, pergaulan dengan teman lain, maupun pengalaman langsung. Dalam praktik pengasuhan, orang tua dianggap sebagai fasilitator yaitu penyediaan lingkungan dan sarana belajar anak untuk mengembangkan potensinya. Semakin terpenuhi fasilitas yang dibutuhkan anak, akan semakin berkembang potensi-potensi yang dimiliki seorang anak, selain itu orang tua harus berperan sebagai motivator.

Psikologi humanistik memandang manusia sebagai makhluk aktif, mempunyai sifat-sifat yang khas yang melekat pada diri manusia, yang mempunyai kebutuhan-kebutuhan tertentu.¹¹

Bimbingan atau konseling dengan pendekatan eksistensial humanistik berfokus pada kondisi manusia. Humanistik memandang manusia adalah makhluk yang memiliki otoritas atas kehidupan dirinya, manusia bebas untuk menjadi apa dan siapa sesuai keinginannya. Manusia adalah makhluk hidup yang menentukan sendiri apa yang ingin ia lakukan dan apa yang tidak ingin dia lakukan, karena manusia adalah makhluk yang bertanggung jawab atas segala apa yang dilakukannya.¹²

3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Fungsi bimbingan kelompok terdiri dari:

- a. Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi bimbingan membantu klien agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, norma Agama). Berdasarkan pemahaman ini klien diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan.
- b. Fungsi Pengembangan, yaitu bimbingan kelompok yang diberikan dapat membantu klien dalam memelihara dan

¹¹ Lilis Satriah, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*, (Bandung: Fokus media, 2017), h.

¹² Zulfikar, et. al. *Konseling Humanistik Sebuah Tinjauan Filosofi* (STKIP PGRI Sumatera Barat), h. 147

mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantab, terarah, dan berkelanjutan

- c. Fungsi Pencegahan, artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Fungsi pencegahan ini memberikan bantuan bagi klien agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.¹³

4. Aspek Psikologis Kelompok

Peristiwa psikologi dalam kelompok meliputi berbagai kehidupan peristiwa yang hampir selalu terjadi apabila dua orang atau lebih berada dalam suatu kelompok dan terjadi sebuah proses hubungan. Proses hubungan yang terjadi antara lain:

- a. Komunikasi
- b. Konflik
- c. Kerjasama
- d. Rasa Percaya
- e. Keterbukaan
- f. Realisasi Diri atau Perwujudan Diri
- g. Saling Ketergantungan
- h. Umpan Balik
- i. Kelompok yang Efektif atau yang kurang efektif.¹⁴

¹³ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di*,

h. 65

¹⁴ Sitti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009),

h. 49

5. Asas Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno, dan Erman Amti asas-asas bimbingan terdiri dari:

“Asas kerahasiaan yaitu anggota kelompok harus menyimpan dan merahasiakan data apa saja dan informasi yang didengar dan yang dibicarakan dalam kelompok terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui orang lain, asas kesukarelaan yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau pemimpin kelompok, asas keterbukaan yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat ide saran dan apa saja yang disarankan dan yang dipikirkannya, asas kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku.”¹⁵

6. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Prayitno ada 4 tahapan yang intinya dapat disederhanakan sebagai berikut:

a. Tahap I: Tahap kegiatan.

Tema: Pengenalan, pelibatan diri, dan pemasukan diri.

Pada tahap pertama ini hal-hal yang harus dilakukan adalah:

1) Kegiatan

a) Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling.

b) Menjelaskan

(1) Cara-cara

(2) Asas-asas kegiatan kelompok

(3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri

¹⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Dan Bimbingan Konseling*, h. 120

(4) Teknik khusus

(5) Permainan penghangatan atau pengakraban

2) Tujuan

- a) Anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok dalam rangka bimbingan dan konseling
- b) Tumbuhnya suasana kelompok
- c) Tumbuhnya minat anggota mengikuti kegiatan kelompok
- d) Tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu diantara para anggota
- e) Tumbuhnya suasana bebas dan terbuka
- f) Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku perasaan dalam kelompok

3) Peranan pemimpin kelompok

- a) Menampilkan diri secara utuh dan terbuka
- b) Menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat tulus, bersedia membantu dan empati menjadi contoh bagi seluruh anggota.

b. Tahap II: Peralihan

Tema: Menjembatani antara tahap I dengan tahap III

1) Kegiatan yang harus dilakukan

- a) Perencanaan yang mencakup kegiatan
 - 1) Mengidentifikasi topik yang akan dibahas dalam layanan bimbingan kelompok

- 2) Membentuk kelompok (Kurang efektif jika anggota kelompok hanya 2-3 orang saja, dan tidak efektif juga jika anggota kelompok lebih dari 10 orang. Kelompok yang ideal jika jumlah anggotanya 8-10 orang.
 - 3) Menyusun jadwal kegiatan
 - 4) Menetapkan prosedur layanan
 - 5) Menetapkan fasilitas layanan
 - 6) Menyiapkan kelengkapan administrasi.
- 4) Pelaksanaan yang mencakup kegiatan
- 1) Mengomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
 - 2) Mengorganisasikan layanan bimbingan kelompok
 - 3) Menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok melalui tahapan-tahapan (Pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran).
- 5) Evaluasi yang mencakup kegiatan
- 1) Menetapkan materi evaluasi (apa yang akan dievaluasi)
 - 2) Menetapkan prosedur dan standar evaluasi
 - 3) Menyusun instrumen evaluasi
 - 4) Mengoptimalkan instrumen evaluasi
- 6) Analisa hasil evaluasi yang mencakup hasil kegiatan
- a) Menetapkan norma atau standar analisis
 - b) Melakukan analisis
 - c) Menafsirkan hasil analisis

- 7) Tindak lanjut yang mencakup kegiatan
 - 1) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut
 - 2) Mengomunikasikan rencana tindak lanjut
 - 3) Melaksanakan rencana tindak lanjut
- 8) laporan yang mencakup kegiatan
 - 1) Menyusun laporan
 - 2) Menyampaikan laporan
 - 3) Mendokumentasikan laporan layanan.¹⁶

B. Kepercayaan Diri Remaja

1. Pengertian Kepercayaan Diri Remaja

Kepercayaan diri dalam bahasa Inggris disebut *self confidence* yang artinya percaya kepada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Penilaian diri sendiri ini berupa penilaian yang positif, dengan adanya penilaian positif inilah yang akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya.¹⁷

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri adalah atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang maupun mengaktualisasikan segala potensinya¹⁸.

¹⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, h. 164-177

¹⁷ Asrullah Syam dan Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa, Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Muhammadiyah Parepare", *Jurnal Biotek*", Vol. 5 No. 1, Juni 2017, h. 91

¹⁸ *Ibid.*

Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya. Percaya diri tercermin juga pada penerimaan atas kegagalan dan melampaui rasa kecewa yang disebabkan dalam sekejap. Jadi sikap percaya diri tidak hanya berorientasi pada sikap yakin pada kemampuan diri saja. Dengan adanya percaya diri, akan melatih diri untuk tidak putus asa dan berjiwa besar.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, maka dapat disimpulkan definisi dari kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan sendiri untuk mampu mencapai target, keinginan, dan tujuan untuk diselesaikan walaupun menghadapi berbagai tantangan dan masalah serta dilakukan dengan penuh tanggung jawab.

Keinginan untuk menutup diri timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Orang yang tidak menyenangi dirinya merasa dirinya tidak akan mampu mengatasi persoalan. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia takut orang lain akan mengejek atau menyalahkannya, dan dalam diskusi ia akan lebih banyak diam.

Ketakutan akan melakukan komunikasi dikenal sebagai *communication apprehension*. Orang yang aprehensif dalam komunikasi, akan menarik diri dalam pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak

saja.¹⁹ Beberapa faktor penyebab menurunnya kepercayaan diri antara lain:

1. Menunjukkan penolakan, mengolok-olok, atau melecehkan keterbukaan diri orang lain.
2. Tidak membalas keterbukaan diri orang lain.
3. Tidak mau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksinya kepada orang lain, kendati ia sudah menunjukkan penerimaan, dukungan, dan kerja sama.²⁰

2. Ciri Ciri Orang Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Dan Orang Yang Tidak Memiliki Percaya Diri

Menurut Mastuti seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri yakni:

- a. Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya.
- b. Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai.
- c. Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya, namun lebih banyak intropeksi diri sendiri.
- d. Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang dihadapinya

¹⁹ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: Remaja Posdakarya, 2015), h. 107

²⁰ Edi Harapan dan Syarwani Ahmad, *Komunikasi Antarpribadi: Perilaku Insani Dalam Organisasi Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Pers), h. 84

- e. Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya.
- f. Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya.
- g. Berpikir positif.
- h. Maju terus tanpa menoleh kebelakang.²¹

Ciri-ciri individu yang percaya diri lainnya adalah sebagai berikut:

- a. Selalu bersikap tenang didalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
- c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul didalam berbagai kondisi
- d. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- e. Memiliki kecerdasan diri yang cukup
- f. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya
- g. Memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik
- h. Memiliki latar belakang pendidikan yang baik
- i. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadikan kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.²²

Ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri dapat disimpulkan yaitu: Percaya atau yakin pada kemampuan diri sendiri, optimis, berani menerima dan menghadapi penolakan, mampu

²¹ Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, (Jakarta: Arcan, 2007), h. 13-14

²² Hakim T, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 2002), h. 23

mengendalikan diri, *posiif thinking*, realistis, tidak mudah putus asa dan selalu semangat untuk maju.

Pada hakekatnya, ada tiga macam tipe orang, yaitu orang yang memiliki percaya diri, orang yang terlalu percaya diri, dan orang yang kurang percaya diri.

Sedangkan menurut Lauster ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri rendah adalah sebagai berikut:

- 1) Individu merasa cenderung tidak aman dan tidak bebas bertindak, cenderung ragu-ragu dan membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan, memiliki perasaan rendah diri, kurang bertanggung jawab dan cenderung menyalakan pihak lain sebagai penyebab masalahnya, serta merasa pesimis dalam menghadapi rintangan.
- 2) Individu merasa tidak diterima oleh kelompoknya atau orang lain, ia cenderung menghindari situasi komunikasi karena merasa takut disalahkan atau direndahkan, merasa malu jika tampil dihadapan orang banyak.
- 3) Individu tidak percaya terhadap dirinya dan mudah gugup. Ia merasa cemas dalam mengemukakan gagasannya dan selalu membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain.²³

Adapun pendapat yang menyebutkan bahwa orang yang tidak percaya diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

²³ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi*, h. 112

- 1) Menyimpan rasa takut atau khawatir terhadap penolakan
- 2) Sulit menerima dalam kenyataan
- 3) Pesimis atau mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif
- 4) Tidak berani mengungkapkan ide-ide
- 5) Cenderung hanya melihat dan menunggu kesempatan
- 6) Membuang-buang waktu dalam membentuk keputusan
- 7) Rendah diri bahkan takut dan merasa tidak aman
- 8) Apabila gagal cenderung untuk menyalahkan orang lain
- 9) Suka mencari pengakuan dari orang lain.²⁴

Berdasarkan uraian menurut para ahli diatas mengenai ciri-ciri orang yang kurang percaya diri maka dapat disimpulkan adalah: Tidak menunjukkan kemampuan diri, mudah cemas dalam situasi yang menekannya, mudah putus asa, pesimis, berpandangan negatif, tidak memiliki motivasi, suka menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya dan bergantung pada orang lain.

3. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Menurut Angelis Barbara, ada tiga jenis kepercayaan diri, yaitu:

- a. Kepercayaan diri tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik tugas-tugas yang paling sederhana hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
- b. Kepercayaan diri emosional adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.

²⁴ Iswidharmanjaya & Agung, *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri* (Media Komputindo), 2004), h. 33

- c. Kepercayaan diri spiritual adalah keyakinan individu, setiap hidup memiliki tujuan yang positif dan bermakna.²⁵

Sedangkan Lindenfiel, menjelaskan “bahwa sesungguhnya ada dua jenis percaya diri yang cukup berbeda yaitu lahir dan batin”.²⁶

Berikut uraian mengenai percaya diri batin dan percaya diri lahir:

a. Percaya diri batin

Percaya diri batin merupakan percaya diri yang memberikan kepada individu perasaan dan anggapan bahwa individu dalam keadaan baik.

Individu yang memiliki percaya diri batin yang sehat mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Cinta diri
- 2) Pemahaman diri
- 3) Tujuan yang positif
- 4) Pemikiran yang positif

b. Percaya diri lahir

Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. Lebih lanjut Lidenfiel mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin sehat antara lain:

- 1) Komunikasi
- 2) Ketegasan
- 3) Penampilan diri Pengendalian perasaan.

Berdasarkan pemaparan para ahli mengenai jenis kepercayaan diri diatas, maka dapat disimpulkan bahwa

²⁵ Amandha Unzilla Deni & Ifdil, “Kepercayaan Diri Remaja Putri”. *Jurnal Pendidikan*, h. 48

²⁶ Lindenfield dalam Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, (Jakarta: Arcan, 2007), edisi revisi keempat, h. 11

jenis kepercayaan diri yaitu: 1) Percaya diri dalam hal tingkah laku, 2) Percaya diri yang berkenaan dengan emosi, 3) Percaya diri yang berkaitan dengan spiritual, 4) Percaya diri batin.²⁷

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri, yaitu:

a. Pola Asuh

Keluarga merupakan faktor utama yang mempunyai pengaruh besar terhadap perkembangan anak dimasa yang akan datang. Sikap dan peranan orang tua sangat penting terhadap perkembangan jiwa anak, karena dengan perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak, akan membangkitkan rasa percaya diri mereka. Orang tua meskipun memberikan kebebasan kepada anak, akan tetapi tetap dengan disiplin yang tinggi, tetap mengontrol kegiatan anak serta tetap saling memberi masukan antara anak dan orang tua. Para ahli berkeyakinan bahwa percaya diri bukanlah diperoleh secara instant, melainkan melalui proses yang berlangsung sejak usia dini, dengan kehidupan bersama orang tua. Meskipun banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, namun faktor pola asuh (pendidikan rumah), dan interaksi diusia dini,

²⁷ Amandha Unzilla Deni & Ifdil, “Kepercayaan Diri Remaja Putri”. *Jurnal Pendidikan*, h. 48-49

merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri.

b. Jenis Kelamin

Peran jenis kelamin yang disandang oleh budaya terhadap kaum perempuan maupun laki-laki memiliki efek sendiri terhadap perkembangan rasa percaya diri. Perempuan cenderung dianggap lemah dan harus dilindungi, sedangkan laki-laki harus bersikap sebagai makhluk kuat, mandiri, dan mampu melindungi.

c. Pendidikan

Pendidikan seringkali menjadi ukuran dalam menilai keberhasilan seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula anggapan orang terhadap dirinya. Mereka yang memiliki jenjang pendidikan yang rendah biasanya merasa tersisih dan akhirnya tidak memiliki keyakinan akan kemampuannya. Sedangkan yang memiliki jenjang pendidikan yang tinggi semakin terpacu untuk menunjukkan kemampuannya.

d. Penampilan Fisik

Individu yang memiliki tampilan fisik yang menarik lebih sering diperlakukan dengan baik dibandingkan dengan individu yang mempunyai penampilan kurang menarik.²⁸

²⁸ *Ibid*, h. 34-36

Menurut Lauster, mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

- c. Kemampuan pribadi: Yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, tidak tergantung dengan orang lain, dan mengenal kemampuan diri.
- d. Interaksi sosial: Yaitu mengenal bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain.
- e. Konsep diri: Yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif mengenai kelebihan dan kekurangannya.²⁹

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu:

- 1) Faktor internal, meliputi kemampuan pribadi, konsep diri, kesehatan, jenis kelamin, penampilan fisik
- 2) Faktor eksternal, meliputi interaksi sosial dukungan, pola asuh, pendidikan.

5. Cara Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Menjadi seseorang yang memiliki rasa percaya diri itu tidaklah mudah, sebagian banyak individu memiliki kepercayaan diri yang rendah, khususnya untuk mereka yang malu dan takut ketika melakukan sesuatu dan akan mengakibatkan penilaian bagi orang lain. Namun bagi seseorang yang memiliki percaya diri mereka mudah untuk menunjukan bakatnya, tampil dihadapan umum dan tidak malu untuk

²⁹ *Ibid*, h. 25

selalu belajar dan mengembangkan potensi dalam dirinya. Berikut ini cara-cara membangun rasa percaya diri:

- a. Kenali rasa ketidak nyamanan anda, kenali terlebih dahulu sesuatu yang membuat anda tidak percaya diri.
- b. Kenali bakat anda, temukan sesuatu hal yang menurut anda ahli dalam bidang tersebut dan fokus untuk mengembangkannya.
- c. Bersyukur atas apa yang anda miliki, dengan mengakui dan menghargai apa yang kita miliki, anda dapat melawan perasaan tidak utuh dan tidak puas. Menemukan kedamaian dalam diri akan membangkitkan percaya diri anda.
- d. Selalu bersikap positif, dan jangan pernah takut menunjukkan kekuatan dan kualitas anda pada orang lain.
- e. Berpakaian rapi dapat membangun rasa percaya diri.
- f. Berolahraga, pikiran yang sehat muncul dari badan atau fisik yang sehat pula. Jika anda dalam kondisi fit, anda akan memiliki energi positif. Jika anda tidak fit, anda akan merasa tidak menarik.

6. Kaitan Percaya Diri Dengan Bimbingan Kelompok

Percaya diri merupakan hal yang sangat mendasar yang harus dimiliki setiap individu. Individu yang percaya diri akan mendorong lebih baik dalam bersikap dan bergaul atau bersosialisi di lingkungan tempat ia tinggal, baik lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan sekolah, jika individu tidak percaya dengan dirinya maka akan mustahil tugas-tugasnya akan diselesaikan dengan baik.

Beberapa kelemahan-kelemahan yang menjadi sumber rasa tidak percaya diri antara lain: keadaan fisik (misalnya cacat), ekonomi lemah, status sosial, sering mengalami kegagalan, kalah bersaing, kurang cerdas, pendidikan yang rendah, mudah cemas, penakut, dan mudah gugup.³⁰ Orang yang kurang percaya diri akan selalu bergantung kepada orang lain, karena ia tidak pernah yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sebab pekerjaan yang ringan sekalipun akan terasa berat apabila individu tidak percaya pada dirinya sendiri.

Permasalahan individu yang kurang percaya diri ini perlu diselesaikan, mengingat kepercayaan diri adalah aspek yang penting bagi individu, karena kepercayaan diri akan mempengaruhi akademik maupun non akademik seorang individu, oleh karena itu permasalahan kepercayaan diri yang dialami individu ini dapat dipecahkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, layanan kegiatan diskusi kelompok yang menunjang perkembangan pribadi maupun sosial individu sebagai partisipan kegiatan.³¹ Layanan bimbingan ini memungkinkan individu memperoleh kesempatan untuk mendapatkan berbagai informasi, juga untuk pembahasan dan pengentasan masalah yang dialaminya menggunakan dinamika kelompok.

Meningkatkan rasa percaya diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok mempunyai beberapa tujuan yaitu:

³⁰ A. Febi Yanto, Skripsi: “*Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling*” (Semarang: UNNES 2009)

³¹ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* (Bandung: Refika Aditama, 2009), h. 12

- a. Agar berani berbicara didepan umum, berani berbicara didepan orang banyak ini akan membuat individu belajar untuk berkomunikasi dengan baik, dilatih bicara mengeluarkan pendapat.
- b. Melatih anggota kelompok untuk saling bertenggang rasa dengan teman sebyanya, teman sebaya adalah salah satu pendorong atau motivasi untuk bisa tampil percaya diri, dengan menghargai orng lain dan bertenggang rasa meka kita pun akan dihargai orng lain.
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok, mendorong idividu untuk mengeluarkan bakat maupun minat yang dimilikinya.
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan, permasalahan-permasalahan dalm kelompok yang menyangkut percaya diri dpt terselesaikan karena adanya lingkungan kelompok yang nyaman dan saling terbuka.

C. Hakikat Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Suherman remaja (*adolescense*) diartikan sebagai suatu yang “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”, secara luas mencakup proses kematangan mental, emosional, social, dan fisik.

Sarlito WirawanSarwono menyatakan bahwa remaja adalah periode transisi antara mas anak-anak ke masa dewasa, masa belasan

tahun, atau jika seseorang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti diatur, mudah terangsang perasaan, dan sebagainya.³²

Menurut Zakiah Drajat masa remaja adalah masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa, dimana anak-anak mengalami pertumbuhan cepat disegala bidang. Mereka bukan lagi anak-anak, baik dalam bentuk badan, sikap, cara berpikir dan bertindak, tapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.³³

Dapat disimpulkan bahwa menginjak suatu remaja itu adalah meninggalkan masa kanak-kanak dan menuju pada masa pembentukan dan mempunyai tanggung jawab yang baru, juga masa remaja itu ditandai dengan pengalaman-pengalaman yang baru.

Banyak hal yang terjadi selama rentang masa remaja, baik ketika masa remaja awal yaitu kematangan secara seksual dan masa remaja akhir saat mencapai usia matang secara hukum. Misalnya perubahan tingkah laku, sikap, dan nilai-nilai yang tidak hanya mengindikasikan perubahan yang lebih cepat pada masa awal remaja dari pada tahap akhir remaja, tetapi juga mengindikasikan tingkah laku sikap dan nilai-nilai pada masa remaja.³⁴

Ciri-ciri umum masa remaja

- a. Masa yang penting: Cepat dan pentingnya perkembangan fisik remaja diiringi oleh cepatnya perkembangan mental, khususnya pada awal masa remaja. Atas semua perkembangan

³² Sarlito Wirawan Sawono, *Psikologi remaja*, (Jakarta: RajagrafindoPersada, 2013), h. 2

³³ Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1983), h. 10

³⁴ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara), h. 62

itu diperlukan penyesuaian mental dan pembentukan sikap, serta nilai dan minat baru.

- b. Masa transisi
- c. Masa perubahan: Selama masa remaja, tingkat perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat selama masa awal remaja, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Bila terjadi penurunan dalam perubahan fisik, penurunan juga akan terjadi pada perubahan sikap dan tingkah laku.

Lima perubahan yang terjadi pada semua remaja:

- 1) Emosi yang tinggi, pada awal remaja perubahan emosi terjadi lebih cepat, bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi.
- 2) Perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan kelompok sosial menimbulkan masalah baru. Remaja tampaknya mengalami masalah yang lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan. Sebelum mampu menyelesaikan masalahnya menurut kepuasaannya, ia merasa akan terus dijajah berbagai masalah.
- 3) Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku., pada masa remaja mulai mengerti bahwa kualitas lebih penting dari pada kuantitas, dan tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting dari pada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman-teman sebaya.
- 4) Bersikap ambiven terhadap setiap perubahan, remaja menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi sering takut bertanggung jawab akan risikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasinya.
- 5) Masa bermasalah, meskipun setiap periode memiliki masalah sendiri, namun masalah masa remaja termasuk masalah yang sulit diatasi, baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan.
- 6) Masa pencarian identitas, bagi remaja penyesuaian diri dengan kelompok pada awal masa remaja adalah penting, remaja berupaya menunjukkan identitasnya dengan penggunaan simbol-simbol.
- 7) Masa munculnya ketakutan
- 8) Masa menuju masa dewasa.³⁵

³⁵ *Ibid*, h. 63-67

2. Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja awal masa dimana masih dalam tahap penyesuaian masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, sedangkan masa remaja akhir dikatakan masa yang sudah berkembang penuh, ia dapat menguasai sepenuhnya fungsi-fungsi fisik dan psikisnya.³⁶

Perkembangan remaja terjadi secara bertahap artinya perubahan yang terjadi tidak semata-mata langsung terjadi begitu saja, namun perkembangan remaja berkembang karena pengaruh perkembangan fisik, kognitif, psikis, dan perkembangan sosial.³⁷

Tugas perkembangan remaja antara lain:

- a. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya (seperti kecantikan, keberfungsian, dan keutuhan), mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- b. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal (lisan dan tertulis).
- c. Mampu bergaul dengan teman sebaya atau orang lain secara wajar.
- d. Menemukan manusia model yang dijadikan pusat identifikasi.
- e. Menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri
- f. Memperoleh *self-control* kemampuan mengendalikan sendiri atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau filsafat hidup.
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri sikap dan perilaku yang kekanak-kanakan.
- h. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan bagi warga Negara.
- i. Memilih dan mempersiapkan karir (pekerjaan).

³⁶ FJ. Monks, Knoers, Siti Rahayu Hajitono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah mada University Press, 1999), h. 258

³⁷ John W. Santrock, *Adolescence perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2003), h.

- j. Memilih sikap positif terhadap pernikahan dan hidup berkeluarga (menyakini bahwa pernikahan merupakan salah satu yang menghalalkan hubungan seksual pria dan wanita.
- k. Mengamalkan ajaran agama yang dianut.

3. Mengembangkan Kepercayaan Diri Remaja

Dua sumber penting dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja adalah hubungan dengan orangtua dan hubungan dengan teman sebaya. Antibut-antibut dari orangtua yang berhubungan dengan tingkat rasa percaya diri yang tinggi dari anak-anak yakni ekspresi rasa kasih sayang, perhatian terhadap masalah yang dihadapi oleh anak-anaknya.³⁸

Untuk sebagian besar remaja, rendahnya rasa percaya diri hanya menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara. Tetapi bagi beberapa remaja, rendahnya rasa percaya diri dapat menimbulkan banyak masalah. Rendahnya rasa percaya diri bisa menyebabkan depresi, bunuh diri anoreksia nervosa, delinkuensi, dan masalah penyesuaian diri lainnya.³⁹

Ada empat cara untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja yaitu:

1. Mengidentifikasi penyebab dari rendahnya rasa percaya diri dan domain-domain kompetensi dari yang penting. Remaja memiliki tingkat rasa percaya diri yang paling tinggi ketika mereka berhasil didalam domain-domain diri yang penting, maka dari itu remaja harus didukung untuk mengidentifikasikan dan menghargai kompetensi-kompetensi mereka. Beberapa pemuda dengan rasa percaya diri yang rendah memiliki keluarga yang bermaalah atau kondisi dimana mereka mengalami penganiayaan atau tidak dipedulikan situasi-situasi dimana remaja tidak bisa mendapatkan dukungan.

³⁸ John W. Santrock, *Adolescence perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2003), h.

³⁹ *Ibid*, h. 339

2. Dukungan emosional dan penerimaan sosial
3. Prestasi, individu dapat menguasai suatu situasi dan menghasilkan sesuatu yang positif.
4. Mengatasi masalah, rasa percaya diri juga dapat meningkat ketika remaja menghadapi masalah dan berusaha untuk mengatasinya bukan hanya menghindarinya. Ketika remaja memilih untuk menghadapi masalahnya dan bukan menghindarinya, remaja menjadi lebih mampu menghadapi masalah secara nyata, jujur, dan tidak menjauhinya.⁴⁰



⁴⁰ *Ibid*, h. 339

D. KAJIAN PUSTAKA

1. Tesis yang disusun oleh Sya'ban Maghfur Jurusan Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2015 “Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang” hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, keseluruhan subjek yakni santri baru belum dapat menyesuaikan diri dilingkungan baru.
2. Tesis yang disusun oleh Munawir Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Makassar 2017 “ Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Round Tehknique Untuk Meningkatkan Kepercayaan Siswa Pada SMP Negeri 2 Balocci” hasil dari penelitian ini tingkat kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan yang seknifikan setelah adanya bimbingan kelompok dengan round tehknique, dimana kepercayaan diri siswa rendah sebelum adanya bimbingan.
3. Skripsi yang disusun oleh Yulianton Ashar Ibrahim Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung 2017 “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri II Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/1017” hasil dari skripsi ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan terhadap rasa percaya diri siswa, mereka mulai bersikap tenang, keberanian bertindak, keyakinan akan kemampuan diri, mempunyai cara pandang yang positif dan realistis.

Berdasarkan semua penelitian-penelitian yang terdahulu, maka yang membedakan penelitian ini adalah:

1. Rumusan masalah yang berfokus pada proses perkembangan kepercayaan diri remaja dilakukan di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.
2. Subyek dalam penelitian ini berfokus pada Risma, berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan sampel siswa
3. Lokasi penelitian ini dilakukan di Risma Al Fatih Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan, berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya lokasi penelitian disekolah.



DAFTAR PUSTAKA

Daftar Buku

- Andi Maoiare, *Psikologi Remaja*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1999).
- Choild Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara, 1997.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Edi Harapan dan Syarwani Ahmad, *Komunikasi Antarpribadi: Perilaku Insani Dalam Organisasi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, Jakarta: Erlangga.
- Etta Mamang Sangadji dan Sopiah, *Metodologi Penelitian: Pendekatan Prektis Dalam Penelitian*, Yogyakarta: Andi Offset, 2010.
- FJ. Monks, Knoers, Siti Rahayu Hajitono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: Gajah mada University Press, 1999.
- Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama, 2013.
- Hakim T, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*(Jakarta: Puspa Swara, 2002).
- Iswidharmanjaya & Agung, *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri (Media Komputindo)*, 2004).
- Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, Bandung: Remaja Posdakarya, 2015.
- John W. Santrock, *Adolescence perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga, 2003.

- Kamil, Mendidik Anak Agar Percaya Diri, Jakarta: Arcan, 2007.
- Kartini Kartono, *Pengantar Metode Riset*, Bandung: Mundur Maju, 1996.
- Lexy Moeleong J, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Rosdakarya, 2004.
- Lilis Satriah, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*, Bandung: Fokusmedi, 2017.
- Lindenfield dalam Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, Jakarta: Arcan, 2007.
- Moelox Laxi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1999.
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik, (Jakarta: Bumi Aksara).
- Pengaribun, D.s, *Implementasi dan Perkembangan Kematangan Pribadi Remaja (Diktat Kuliah)*, (Bandung: Rosa Alam, 2009),
- P.Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok, Dasar dan Profil*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Dan Bimbingan Konseling Kelompok* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014).
- Sarlito Wirawan Sawono, *Psikologi remaja*, Jakarta: RajagrafindoPersada, 2013.
- Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009).
- Sudjana, *Metode Statistik*, Bandung: Tarsito, 2002.
- Suharsismi Arikunto, *Dasar-dasar Research*, Bandung: Tarsito.
- Sugioni, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2005.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: Rajawali Pers, 2014.
- Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002).

V. Wiratna Sujarwena, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Pers, 2014),

Willis, *Teori dan Teknik Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Rinekla Cipta, 2004).

Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1983, h. 10

Zulfilkar, et. al. *Konseling Humanistik Sebuah Tinjauan Filosofi* (STKIP PGRI Sumatera Barat), h. 147.

Daftar Bacaan

A. Febi Yanto, Skripsi: “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling” (Semarang: UNNES 2009).

Amandha Unzilla Deni & Ifdil, Kepercayaan Diri Remaja Putri, *Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol. 2 No. 2, 2016.

Asrullah Syam dan Amri, Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa, Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Muhammadiyah Parepare, *Jurnal Biotek*”, Vol. 5 No. 1, Juni 2017.

Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemah Juz 1-30*, (Bandung: Jumanatul Ali-Art) 2004.

Diva Widyaningtyas, Pengaruh Experiential Learning Terhadap Diri Dan Kerjasama Tim Remaja, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 3 No. 03, September 2014.

Wawancara

Dedi Rohman, Pengurus Risma Al Fatih, Wawancara Dengan Penulis, Gedung TPA Al Husna, Jati Agung, Lampung Selatan, 27 Juli 2019.

Dhea Chika Salsa, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Hidayah, Jati Agung Lampung Selatan, 27 Juli 2019.

Dwi Reza Saputra, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung Lampung Selatan, 5 Agustus 2019.

Fitria Ramdhani, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung Lampung Selatan, 27 Juli 2019..

Insan, Wawancara, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Hidayah, Jati Agung, Lampung Selatan, 27 Juli 2019

Mujiyono, Wawancara Dengan Penulis, Kediaman Bapak Mujiyono, Jati Agung Lampung Selatan, 4 Agustus 2019.

Nelasari Fardilah, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung Lampung Selatan, 27 Juli 2019.

Nugroho Galih Wicaksono, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung, Lampung Selatan, 10 Juli 2019.

Mujiyono, Wawancara Dengan Penulis, Kediaman Bapak Mujiyono, Jati Agung Lampung Selatan, 4 Agustus 2019

Poniran, Wawancara Dengan Penulis, Kediaman Bapak Mujiyono, Jati Agung Lampung Selatan, 4 Agustus 2019

Ridho Ardiansyah, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Hidayah, Jati Agung Lampung Selatan 4 Agustus 2019

Ryan Adi Putra, Wawancara Dengan Penulis, Mushola Al Ikhlas, Jati Agung Lampung Selatan, 5 Agustus 2019

Septio Mauliana, Wawancara Dengan Penulis, Kediaman Umi Tio, Jati Agung, Jati Agung, 2 Agustus 2019

Setia Ningsih, Wawancara Dengan Penulis, Kediaman Bapak Mujiyono, Jati Agung Lampung Selatan, 4 Agustus 2019